

## Kriya Yoga Nusantara

---

### Hamsa dan Kundalini

Posted on [Januari 21, 2016](#)



Hamsa adalah salah satu konsep kunci dalam pemahaman Veda, Yoga dan Tantra. Bersanding dengan Kundalini, Hamsa memegang banyak rahasia dari praktek Yoga yang lebih dalam. Memang tanpa memahami Hamsa, kekuatan Kundalini tidak mungkin dapat dikembangkan dengan baik atau dipahami.

Hamsa sebagai burung yang kemudian digambarkan dalam literatur Sanskerta sebagai angsa, yang merupakan simbol untuk Prana dan Sang Diri di dalam batin yang merupakan Prana tertinggi. Hamsa dalam ajaran Purana adalah kendaraan untuk Tuhan Brahma, Sang Pencipta, dan istrinya Saraswati, sebagai pembawa pengetahuan. Namun Hamsa memiliki arti lain dan ada banyak bentuk Hamsa jika dirunut kembali ke Rgveda dimana Hamsa adalah simbol utama dari matahari, burung cahaya. Hamsa juga merupakan shyena, atau elang yang mencuri Soma dan membawanya naik dari bumi untuk menikmati kebebasan di Surga tertinggi.

Hamsa dalam ajaran Tantra mewakili jiwa individu atau Jiva, yang hidupnya diatur oleh nafas, dimana semua dualitas dari tubuh dan pikiran muncul darinya. Hal ini karena Ha dan Sa adalah merupakan suara alami ketika menghirup dan menghembuskan nafas. Banyak bentuk latihan Pranayama yang mengikuti suara-suara yang demikian.

Namun pada tingkat yang lebih tinggi yang melampaui dualitas, Ha dan Sa adalah suara alami dari Sang Diri Tertinggi, yang merupakan nafas dalam kesadaran, yang merupakan kesatuan Prana dimana Sang Diri Sejati selalu ada di dalam keabadiannya. Ha adalah Diri sebagai Aku (aham) dan Sa adalah Diri sebagai yang Menjadi, atau Diri bagian dalam. Hamsa juga mengacu pada yang tertinggi atau Paramahamsa, yang merupakan jiwa yang telah terbebaskan yang berdiam di bagian Agung Siwa. Dalam hal ini, ajaran Hamsa merupakan bagian integral dari Shiva Yoga, dan Siwa juga adalah Hamsa. Hamsa juga sebagai suara dan getaran prana, juga Om atau Pranava, dimana Tuhan Siwa adalah indikatornya.

Hamsa merupakan penyatuan Shiva dan Shakti, yang adalah Ha dan Sa, Matahari dan Bulan, Prana dan Apana, energi penting yang masuk dan keluar. Semua dualitas, dimulai dengan nafas, adalah refleksi dari semakin besarnya kekuatan dua-dalam-satu, two-in-one dari Shiva dan Shakti, yang akan dibagi dalam dunia yang lebih rendah.

Dalam hal praktek Tantra Yoga, Hamsa merupakan prinsip Shiva seperti halnya Kundalini merupakan prinsip Shakti. Hamsa dan Kundalini harus bersatu dan bergerak bersama. Kundalini adalah yang membawa Hamsa naik ke tulang belakang. Pada saat yang sama, adalah Hamsa atau energi jiwa yang mengubah Kundalini

menjadi kekuatan aspirasi pada pendakian spiritual.

Kundalini adalah merupakan kekuatan ular atau Shakti-nya jiwa, Hamsa adalah seperti burung atau Siwa / Purusha-nya jiwa, yang kedua sayapnya adalah prana dan pikiran. Hamsa adalah Jiva yang berusaha untuk terbang ke atas ke surga, ke ribuan kelopak teratai di kepala. Bersama, Kundalini dan Hamsa merupakan ular berbulu, atau burung yang terbang ke atas memegang ular. Namun Kundalini tidak selalu ular, kadang-kadang juga burung, yaitu Hamsa itu sendiri. Demikian pula, Hamsa tidak selalu burung; kadang-kadang juga ular. Keduanya, ular dan burung menunjukkan energi listrik serta kenaikan. Hamsa adalah perpanjangan atau perluasan bindu atau titik fokus dalam gerakan dan ekspansi. Namun prinsip Nada atau getaran yang membentuk sayapnya.



Tanpa kebangkitan jiwa ini atau Hamsa Chaitanya, “kesadaran dari Hamsa,” seseorang tidak dapat bekerja dengan Kundalini Shakti secara benar dan harmonis. Jika Kundalini bergerak tanpa Hamsa, ia kemungkinan dapat mengganggu tubuh fisik dan halus kita. Seperti Shakti tanpa Shiva. Terlebih dahulu kita harus membangkitkan Hamsa agar dapat secara efektif membangkitkan Kundalini, meskipun keduanya cenderung terwujud bersama-sama. Ini adalah berarti membangunkan jiwa individu, untuk mengejar potensi Ketuhanan yang tertidur.

Hamsa adalah Jiva atau jiwa individu, yang harus membuat perjalanannya kembali melalui chakra-chakra dipandu oleh Shakti, untuk mewujudkan Siwa tertinggi di atas di dalam seribu kelopak teratai yang ada di kepala. Hamsa didorong dalam gerakan naik oleh Nada (getaran), Bindu (konsentrasi) dan Bija (mantra), dan energi dari Lingga (kekuatan ketetapan) dan Yoni (kekuatan penerimaan) di sepanjang jalan. Hamsa membawa Soma atau nektar kenikmatan (Amrita, Ananda) naik dari chakra yang lebih rendah ke ribuan kelopak teratai di kepala, di mana ia dapat melepaskannya dalam seribu aliran.



Namun ada beberapa jenis dan warna Hamsa, yang mencerminkan energi kosmik dengannya :

Nilā Hamsa – Hamsa Biru Tua, kekuatan energi listrik atau petir, Vidyut Hamsa, diwakili oleh biji mantra Krim. Biru tua disini adalah awan hujan dimana darinya petir beruntun muncul.

Suvarna Hamsa – Hamsa Emas, kekuatan ekspansif Matahari dan jantung, Surya Hamsa, diwakili oleh biji mantra Hrim.

Shveta Hamsa – Hamsa Putih, kekuatan ekspansif Bulan, Soma Hamsa, diwakili oleh biji mantra Shrim.

Rakta Hamsa – Hamsa Merah, kekuatan kenaikan Api, Agni Hamsa, diwakili oleh biji mantra Hum.

Berbagai jenis Hamsas adalah manifestasi dari Hamsa yang sama yaitu jiwa dalam semua manifestasinya. Hamsa yang tertinggi adalah yang membebaskan jiwa, yaitu semua Hamsas atau semua bentuk manifestasi.

Swami Vivekananda percaya bahwa dengan kombinasi empat yoga (Karma, Bhakti, Jnana dan Raja Yoga), pengalaman Realitas Agung (diwakili oleh Swan) dapat dimiliki. Tidak hanya itu. Menyadari Realitas Agung adalah yang nyata, merupakan tujuan akhir dari eksistensi manusia. Tujuan Agama menjadi terpenuhi hanya ketika seseorang telah mengalami Realitas itu. Kata Swamiji, ‘Jika ada Tuhan, kita harus melihat-Nya; jika ada jiwa, kita harus memahami itu. . . ‘



iklan

Bagikan ini:



Jadilah yang pertama menyukai ini.

Pos ini dipublikasikan di [Kundalini](#), [Sang Diri/Higher Self](#) dan tag [angsa](#), [hamsa](#), [hati](#), [jiwa](#), [kebangkitan jiwa](#), [sang diri](#), [shakti](#), [shiva](#). [Tandai permalink](#).

---

**Kriya Yoga Nusantara**

*Buat situs web atau blog gratis di WordPress.com.*